

T.C  
ANKARA VALİLİĞİ  
ÖZEL TEVFİK FİKRET ANADOLU LİSESİ MÜDÜRLÜĐÜ

**SINAVA HAZIRLANAN GENCİN  
EBEVEYNİ OLMAK...**

Salih ŞATIR  
Koordinatör Danışman

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŐMA SERVİSİ

Sınava hazırlanan bir öğrencinin anne ve babasına önemli görevler düşmektedir. Anne ve babaya düşen önemli görevler, çocuğuna en iyi eğitim imkânlarını sunmak ve ona uygun çalışma şartlarını hazırlamakla sınırlı değildir.

Sınavlara hazırlanan her öğrenci az ya da çok kaygı duyar. Yaşanan kaygının iki sebebi vardır. Birinci sebep tümüyle gerçek ve akılcı bir temele dayanır. Sonuçları hayatın akışını etkileyecek büyük bir yarışta yer alacak olmaktan kaygı duymaktır, bu da doğal ve yerinde bir durumdur. Ancak ikinci sebep, birinci gibi gerçek ve akılcı bir temele dayanmaz. 'Anneme -babama ne diyeceğim?', 'akrabalarımın önüne nasıl çıkacağım?', 'Tanıdıklarım karşı mahcup olacağım...' gibi düşünceler sınavlara hazırlanan öğrencinin kaygısını yükseltir.

Her konuda olduğu gibi sınavlarda başarı için de belirli bir düzeyde kaygıya gerek vardır. Giriş sınavlarına hazırlanan bir genç (çok ender rastlanabilecek çok az sayıda kişi hariç) öğrenme ve başarı için gerekli olan düzeyde kaygıya sahiptir. Öğrenmeyi, akıl yürütmeyi ve sınav başarısını olumsuz yönde etkileyen, temelinde öğrencinin kendine güvensizliği yatan yüksek kaygıdır. Gençin kendisine güvensizliği ise önemli ölçüde anne ve babasının bilerek veya bilmeyerek uyguladığı eğitim ve yaklaşımların sonucudur.

Anne-babanın çok küçük yaştan başlayan yüksek başarı beklentisi, çocuğun hatalarını düzeltmek için onu eleştirmek, çocuğun psikolojik ve/veya fiziksel cezalarla eğitilmesi, yargı ifadesi taşıyan olumsuz sıfatlarla nitelenerek (haylaz, tembel, sorumsuz, dağınık, pısrık, yavaş vb.) çocuğun kendine olan güvenini zayıflatır. Bunun sonucu ortaya çıkan kaygı, başarıya olumlu katkısı olmayan kaygıdır ve bununla başa çıkmak çok zordur.

### **ÇOCUĞUNUZUN KAYGISINI ARTTIRMAYIN.**

Çocukların sınavlara hazırlandıkları sırada anne-babalara düşen en önemli görev, çocuklarının çalışma isteğini arttırmak ve onu çalışmaya teşvik etmek için kaygı yükseltici yaklaşım ve tutumlardan kaçınmaktır. "Bu kadar çalışmayla kazanamazsın. "Bu kafayla gidersen zor kazanırsın.", "Amcanın oğlu falanca yeri kazandı bakalım sen ne yapacaksın...", "Teyzenin kızı tıbbi kazandı havasından yanına varılmıyor, aman sen de bizi mahcup etme..." türünden yaklaşımlar genci çalışmaya teşvik etmez tam tersine, yükselen kaygı sebebiyle onu adeta "kıpırdıyamaz" duruma getirir.

### **ÇOCUĞUNUZUN SINIRLARINI ZORLAMAYIN.**

Kendi özlemlerinizle çocuğunuzun sınırları arasında gerçekçi bir denge kurun. Çocuğunuz girebilse fen lisesinde okuyabilir veya kazanabilse tıp fakültesini bitirerek iyi bir doktor olabilir. Ancak çocuğunuzun kapasitesi sınavda yüzbinlerce kişi arasından sıyrılarak bu yerlere

ulaşmaya yeterli olmayabilir. Bu iki durumu birbirinden ayırın ve içinizden veya yüksek sesle çocuğunuzun "beceriksiz" olduğunu düşünmeyin. Çünkü bu düşüncenizi nasıl olsa hisseder veya duyar.

Çocuğunuzun sınırlarını anlayabilmek için bir uzmanın görüşüne başvurabileceğiniz gibi, bu konuda kendiniz de gerçeğe çok yakın tahminde bulunabilirsiniz. Bunun için kullanacağınız ölçüt, çocuğunuzun okul hayatında ve okul dışı faaliyetlerinde göstermiş olduğu başarı seviyesidir.

Çocuğunuz sınıfında ders başarısı açısından ön sıralarda yer alan, sosyal faaliyetlerinde girişken ve liderlik özelliği olan, belirli bir ders veya alandaki başarısı öğretmenlerinin veya çevresindekilerin takdirini kazanan biriye ne mutlu size. Bu takdirde çocuğunuzla ilgili beklentilerinizi yüksek tutmakta gerçekçi sebepleriniz var demektir.

Eğer çocuğunuz; sınıflarını "ancak" geçebildiyse, akademik yönden orta düzeyde ise, sınıfını geçerken çeşitli yardımlara-desteklere ihtiyaç duyduysa, öğretmenleri kendisini, "biliyor ama bildiğini ortaya koyamıyor" veya "çalışsa yapar, ancak çalışmıyor" diye değerlendirdilerse okul dışı hayatında dikkat çekecek çok özel başarı göstermediyse, çocuğunuzun uyumlu bir insan olması ve meslek hayatında başarı göstermesi yine de mümkündür. Ancak puan hedeflerinde, üniversite seçiminde beklentilerinizi çok yüksek tutmamakta daha doğrusu gerçekçi beklentiler içerisinde olmakta yarar vardır.

Bir cümleyle özetlemek gerekirse, çocuğunuzla ilgili beklentilerinizi kontrol edin ve ideallerinizin onun sınırlarını çok zorlamasını önleyin.

### **SINAVDA BAŞARILI OLAMAZSA YAŞAYACAĞINI BİR CEZA GİBİ GÖSTERMEYİN.**

Bir düşünür "Hayat büyük olayları beklerken arada geçen zamandır" demiş. Bu sözden bir pişmanlık payı çıkarmak da mümkündür. Hayatı bir süreç gibi değil de bir durum gibi görürsek, önümüzdeki olayların önemini hayati boyuta getirmek kaçınılmaz olur.

Çocuğunuz istediğiniz veya kendi istediği üniversite sınavlarında istediği puanları alamaz ve başarılı olamazsa, gideceği okulu bir ceza gibi göstermeyin. Çünkü gerçekten istediği üniversiteyi kazanamadığı takdirde alacağı ders/eğitim, hayatı açısından -yine de- büyük önem taşır. Bu dersi/eğitimi alabilmesi ve yararlanması ancak ulaşabileceği üniversiteyi ve bölümünü sevmesiyle mümkündür. "...eğer kazanamazsan, falan okula gidersin" veya "...Eğer... fakültesine giremezsen, filan fakülteye girer ancak filan olursun" gibi sözler onun gideceği okulu, yapacağı işi sevmesine imkân bırakmaz. Bu tür yaklaşımlar çocuğun hayatı ve kendisini sevmesini de engeller ve kendisine olan güvenini temelden sarsar.

### **KENDİNİZE, "HAYATIN AMACININ NE OLDUĞUNU" SORUN..**

Hayatın amacı kendine yeten bir insan olarak yaşamından memnun olmak ve bu memnuniyeti yakın çevredeki insanlarla da paylaşabilmektir. Sınavda başarılı olmak, diploma sahibi olmak bu temel amaca yönelik araçlardır. "Okumak", "Yükseköğrenim görmek" hayatın

seçeneklerinden biridir. Neyse ki, hayatın seçenekleri bu kadar sınırlı değildir. Eğer amaç para kazanmaksa mutlaka çok yüksek puanlı falan okula gitmeden veya filan üniversiteyi bitirmeden de bunu sağlamak mümkündür. Eğer amaç hayattan alınan zevki arttırmaksa, müzik ve sanat bu zevki ve coşkuyu insanlara dolu dolu yaşatabilir. Bütün bu sebeplerden ötürü hayatı bir tek seçeneğe "falan okulun giriş sınavını kazanmaya" indirgemek konuyu bir "ölüm-kalım" olayı durumuna getirir. Bu da hem ailenin, hem de çocuğun kaygısını yükseltir, bir anlamda başarısını tehdit eder.

Anne-baba olarak görevinizin çocuğunuza iyi bir eğitim vermek olduğu kadar, ona hayatı sevdirmek ve yaşama sevincini aşlamak olduğunu göz ardı etmeyin.

## **BİRBİRİNİZE BAĞLILIĞIN AMAÇ, SINAVIN ARAÇ OLDUĞUNU UNUTMAYIN.**

Ders çalışmak ve sınav kazanmak uğruna çocuğunuzla olan yakınlığınızı tehlikeye atmayın. Önündeki sınavda başarılı olsa da, olmasa da önemli olan çocuğunuzla aranızdaki sağlıklı iletişimin tehdit edilmemesidir. Çocuğun sınavda başarılı olması uğruna yapılan mücadele bazen aileyle çocuk arasına soğukluk girmesine ve duygusal açıdan uzaklaşmaya sebep olmaktadır.

Eğer çocuğunuzla ilişkiniz genel olarak iyi ve yumuşak ise, belirli miktarda "çalış" uyarısı ve çalışma şartlarının hazır edilmesi biraz sıkıcı gelse de, çocuğunuza sorumluluğunu hatırlatacaktır. Kaç yaşında olursa olsun birçok kişinin çalışmaya başlamak için bu tür bir uyarıya ihtiyaç duyduğu bilinir.

Ancak çocuğunuzla ilişkiniz iyi gibi gözükse de sık sık sertleşiyorsa o zaman "çalış" uyarıları aranızdaki gerginliğin dozunu arttırmaktan başka bir işe yaramayacaktır. Böylece birbirinize kızmak için özel bir sebebe ihtiyacınız kalmayacak, eğitim ve diplomadan daha önemli bir şey çocuğunuzla aranızdaki sıcaklık bütünüyle kaybolacaktır.

## **SONUÇ OLARAK ...**

\* Sınavda başarılı olmak için belirli düzeyde kaygıya gerek vardır. Sınava hazırlanan bir öğrenci gerekli düzeyde bir kaygıya mutlaka sahiptir. Anne-babanın çocuğunu teşvik için kaygısını arttırması, beklenenin tam aksine sonuç verir.

\* Ailenin küçük yaştan başlayarak çocuktan yüksek başarı beklemesi, eleştirmesi, yargı ifadesi taşıyan sıfatlarla nitelemesi ve cezalandırması çocuğun kendine olan güvenini sarsar ve kaygı düzeyini yükseltir. Kaygı düzeyi yüksek çocukların geçmişinde mutlaka bu özellikler vardır.

\* Anne-babanın kendi özelemleriyle çocuklarının sınırları arasında gerçekçi bir denge kurmalarında yarar vardır.

\* Çocuğun geçmiş okul hayatında ve okul dışı faaliyetlerinde göstermiş olduğu başarı onun sınırlarını ve gelecek performansını tahmin etmek için genel bir ölçü olarak kullanılabilir.

\* Çocuğunuz sınavda başarılı olamazsa, gideceği okulu ona bir ceza gibi göstermeyin.

Çünkü istediğiniz okulu kazanamazsa, böyle bir durumda gideceği diğer bir okulu sevmesine ve başarılı olmasına imkân kalmaz.

\* "Sınavı kazanmanın" hayatın "tek" ve "kesin" aracı olduğunu düşünmeyin.

\* "Ders çalışmak" ve "sınav kazanmak" uğruna çocuğunuzla olan yakınlığınızı tehlikeye atmayın. Aranızdaki sıcaklığın hayat boyu devam etmesi her şeyden önemlidir.

\* Sizin hayat görüşünüz ve yolunuz, çocuğunuza çizmeye çalıştığınız gibi mi? Deđilse, çocuğunuzun sizi örnek aldığını düşünün ve ona karşı daha yumuşak olun.

Çocuğunuz bağımsız bir varlık, biricik ve tek.. Unutmayalım ki, kendi varlıklarından memnun olanlar, iyi sonuçlar yaratırlar.

Salih ŞATIR  
Koordinatör Danışman

ANKARA ÖZEL TEVFİK FİKRET LİSESİ

PDR SERVİSİ